DOM I SZKOŁA

ROK I. * * * 1930 R. * * * NR. 3

Kobieta towarzyszką życia.

Matko! Znalazłaś szczęście w ognisku domowem. Czuwaj! byś go nie straciła. Czaruj swego wybrańca miłością Bożą. Pamiętając na przysłowie „Zgoda buduje, niezgoda rujnuje“, nie dopuść, by niezgoda wkradła się w twe życie. Niezgoda jest starą jak świat, lecz tylko tam, gdzie miłość czysto ludzka bierze górę. Twoja rola, żono i matko, ma być wyższą ponad zmysły.

Śmiało popatrz rzeczywistości w oczy i idź krok za krokiem naprzód, prowadząc swego towarzysza drogą cnoty, drogą prawdy, drogą ustępstw. — Nie dopuść do sprzeczki, pamiętaj o tem, że gdy nitka się urwie, to jej nie spoisz tak samo, bo węzeł choćby malutki, niedostrzegalny zostanie.

Powiesz mi: To nie sztuka, jak komu dobrze. A czy innym niewiastom było dobrze na ziemi? Czy każda z nich nie szła drogą ciernistą przez życie? A jednak patrz, ile z nich wielkiemi Świętemi zostało, a wtedy otucha wstąpi w twe serce, i może nieraz gorąca łza żalu roznieci w twem sercu chęć ofiary.

Staraj się być taką towarzyszką życia swego męża, bez której on się obejść nie może. Niech dom będzie świątynią dla niego, w której znajdzie szczęście, i miły spoczynek po pracy. Wiele masz pracy w domu, nikt ci tego nie zaprzeczy, lecz pomyśl, że i mąż ma wiele pracy, by dom utrzymać, a przytem często wiele przykrości wskutek zawiści i różnych nieporozumień wśród swego otoczenia; nie należy więc dolewać oliwy do ognia, tylko przeciwnie — usuwać ten smutek, rozdrażnienie, a czasem nawet przygnębienie obejściem swem w domu łagodnem, wyrozumiałością, bo przeciwnie postępując jesteśmy sami dla siebie dręczycielami. Słusznie mówi Mickiewicz:

„Cierpi człowiek, bo służy sam sobie za kata.
Sam sobie robi koła i sam się w nie wplata.“

Matko kochana! Unikaj więc wszystkiego, co może spowodować niezgodę, lada drobnostki nie bierz do serca — obróć nawet rzecz przykrą w żart, nie gniewaj się o byle co, gdyż gniewliwość psuje zamiary Boskie, nie zgadza się z duchem Nowego Testamentu, który jest duchem miłości, zaufania i pokoju.

Nie dopuść również, by zazdrość wkradła się w twoje serce, bo to straszny wróg ludzkości. Podkopuje ona zdrowie, niszczy spokój, prowadzi niestety nawet i do zbrodni. A przecież nieraz lada uśmiech, żart lub dowcip niewinny pobudza żonę lub męża do zazdrości, wymówek, kłótni i t. d., burzy gmach mozolnie budowany, zatruwając nieraz całe życie. Niech więc Matka Najśw. broni każdą rodzinę od tego nieszczęścia.

W modlitwie, matko, szukaj ratunku! **A. J.**

Rodzice św. Franciszka Salezego.

(„Ścieżki młodości wielkich mężów“ dra Holla, tłumaczył i opracował Franciszek Kabe.)

O pismach św. Franciszka Salezego wyraził się uczony papież Benedykt XIV, że zawierają w sobie naukę, która w niebie ma swój początek, a która w wielu trudnych sprawach była mu miarodajną. „Filotea“, którą ten Święty napisał na prośby króla francuskiego Henryka IV w 1608 roku, należy do książek najwięcej na świecie czytanych.

Franciszek przyszedł na świat 21 sierpnia 1567 roku w zamku Sales w Sabaudji i **tego dnia** został ochrzczony. Matkę miał rozumną, która go nie rozpieszczała, wychodząc z założenia, że miękkie wychowanie czyni mężczyznę zniewieściałym i niezdolnym do większych poświęceń, uczyła go cierpliwie znosić braki i dolegliwości życia. Jeżeli spostrzegła w nim coś niewłaściwego, zawsze zareagowała przeciwko temu. Pewnego dnia malec zabrał pracującemu w pałacu robotnikowi sznur różnokolorowy; skoro się o tem dowiedziano, mimo że Franio otwarcie przyznał się do winy i prosił o przebaczenie, ojciec przy wszystkich obecnych dał mu rózgi z upomnieniem, aby nie ruszał nigdy cudzego. Chłopiec odtąd przestrzegał tego w najdrobniejszych rzeczach.

Gdy umysł Frania był już na tyle rozwinięty, matka uczyła go prawd chrześcijańskich, które nadzwyczaj łatwo i prędko pojmował i tem, czego sam się nauczył, zaraz dzielił się ze współtowarzyszami zabaw dziecięcych. Przekonania do prawdziwości nauki katolickiej malec nabierał tak silnego, że już w piątym roku życia wykazywał kalwinom ich błędy. Wobec tego rodzice czuli się zmuszeni, gdy jaki innowierca przyszedł do zamku, usuwać małego do jego pokoju, żeby nie wszczynał dysput religijnych.

Dobre zasady, które rodzice wpajali w Franciszka, a zwłaszcza matka, wkrótce zaczęły wydawać błogie owoce. Nikt z ust malca nie słyszał słowa nieprawdy. Był on raczej gotów ponieść karę, niż się od niej uwolnić kłamstwem. Nie mniej godnem podziwu było w nim posłuszeństwo. Na najlżejsze skinienie wychowawcy przerywał każde swe przyjemne, nawet ulubione zajęcie, nie okazując przytem najmniejszego niezadowolenia. „Wtedy już“ — pisze o nim jego rówieśnik — „widziano na jego twarzy, jakby odblask łaski Bożej tak, że, patrząc na niego, nie można było oprzeć się myśli, że roślina, która tak kwitnie, przyniesie wkrótce wspaniałe owoce cnoty“.

W szóstym roku życia oddał ojciec Franciszka do szkoły w sąsiedniem miasteczku La Roche i powierzył go poważnemu religijnemu wychowawcy Piotrowi Batailleur. Matka jednak, mając na uwadze młodociany wiek chłopca i niebezpieczeństwa, z któremi może się spotkać w obcem mieście, bardzo się obawiała o jego niewinność. Lecz Franciszek tak był ugruntowany w cnocie, że swojem zachowaniem się zawstydzał nawet dojrzałych młodzieńców. Nietylko nie dał się pociągnąć w złą stronę żadnemu z nich, lecz wkrótce sam był niejako kierownikiem swych współkolegów na drodze pobożności i obyczajów.

O witaminach.

W ostatnich dwudziestu latach nauka o odżywianiu uczyniła duże postępy, a to dzięki odkryciu substancyj, które, nie należąc do żadnej z grup pokarmów (ciał białkowych, węglowodanów, tłuszczów i soli mineralnych), są jednak niezbędne do życia, a niedostateczna ich ilość powoduje poważne zaburzenia chorobowe. Są to tak zwane „witaminy", o których tyle się teraz słyszy, bo uczyniły one zupełny przewrót w naszych poglądach na większość pokarmów. Co więcej, wyjaśniły one pewne zjawiska, które pomijane były dawniej milczeniem, ponieważ nie można ich było naukowo dowieść, choć instynktownie odczuwaliśmy ich znaczenie. Np. dobroczynny skutek odżywiania się surowemi owocami, świeżo przygotowanemi jarzynami, a przeciwnie szkodliwość konserw i różnych preparatów. Teraz wiemy, że zależy to od ilości witamin, których jest obfita ilość w świeżych pokarmach, a bardzo znikoma w konserwach.

Co to są witaminy?

Witaminy są, to pewne związki chemiczne, jeszcze niezupełnie zbadane, które znajdują się w małych ilościach w pokarmach, ale mają zasadnicze znaczenie życiowe dla organizmów zwierzęcych. Dotąd jeszcze nie zostało ustalone, w jaki sposób działają, ale bezsprzecznie stwierdzono ich wpływ na organizm. Wiadomo jest, że brak pewnych witamin sprowadza pewne specjalne choroby. Do chorób takich należy między innemi gnilec (szkorbut), który na szczęście w czasach normalnych nie występuje u nas często, dzięki temu, że witaminy przeciwgnilcowe znajdują się w wielkiej ilości potraw, a przedewszystkiem w świeżych jarzynach, pomidorach, kartoflach, surowych owocach, zwłaszcza pomarańczach i cytrynach. Jednakże dawniej podczas wojen szerzył się zawsze w obleganych miastach i fortecach, gdzie niemożliwy był dowóz świeżych produktów żywnościowych. W Stanach Zjednoczonej Ameryki Północnej są też częste wypadki szkorbutu, ponieważ w tamtejszych wielkich miastach mało używają świeżych jarzyn i owoców, natomiast szeroko rozpowszechnione są wszelkie konserwy, które co prawda wygodne są w użyciu, ale szkodliwe dla zdrowia, bo długie gotowanie, zwłaszcza w puszkach metalowych, niszczy witaminy. Dlatego obecnie w Stanach Zjednoczonych czyni się na szeroką skalę propagandę na korzyść świeżych produktów żywnościowych.

Drugą niezmiernie ważną chorobą, niestety i u nas bardzo rozpowszechnioną, a wywołaną brakiem jednej z witamin jest krzywica (angielska choroba). Witamina przeciwkrzywicowa znajduje się w większej ilości w mleku i jego przetworach (masło) i w żółtku od jajka. Dlatego na Zachodzie, zwłaszcza w Anglji, a teraz i u nas czyni się duże wysiłki, aby zapewnić każdemu dziecku pewną ilość świeżego, niezbieranego mleka. Środkiem jednak najskuteczniejszym przeciw krzywicy jest tran, zawierający ogromny procent witaminy przeciwkrzywicowej. Dodać należy, że przy dobrych warunkach, gdy dziecko ma dużo słońca i powietrza, a zwłaszcza o ile nie przyniesie z sobą na świat zarodków krzywicy, organizm jego wymaga znacznie mniej witamin przeciwkrzywicowych i zwykłe zdrowe odżywianie z uwzględnieniem świeżego mleka i masła zupełnie wystarczy, aby zapobiec tej chorobie.

Niedostateczna ilość witamin wstrzymuje pełny rozwój organizmu. Witaminy przytem według ostatnich badań uodporniają organizm przeciwko chorobom zakaźnym, zwalczają gruźlicę, tę najstraszniejszą chorobę czasów powojennnych, wpływają dodatnio na wzrost dzieci, wzbudzają apetyt.

Wybierać potrawy zawierające witaminy!

Z tych więc powodów trzeba dbać bardzo, aby odżywiając dzieci wybierać potrawy, zawierające witaminy. A więc w pierwszym rzędzie mleko i jego przetwory, żółtko jajka i tran, o ile chodzi o witaminę przeciwkrzywicową, a świeże jarzyny, pomidory, surowe owoce dla innych witamin. Z owoców najwięcej witamin zawierają pomarańcze i cytryny. Mąka biała nie zawiera wcale witamin, mąka tak zwana razowa ma pewną ilość witamin i pod tym względem ma wyższość odżywczą nad mąką białą.

Mięso też nie obfituje w witaminy, jakkolwiek ma ich pewną domieszkę. Tłuszcze roślinne są zupełnie pozbawione witamin.

Nie wystarczy jednak wybrać pokarmy, bogate w witaminy, trzeba jeszcze umieć je przyrządzać, bo doświadczenia wykazały, że witaminy mogą być łatwo przez gotowanie zniszczone, ponieważ przeważnie giną przy wysokiej temperaturze, zwłaszcza gdy trwa ona czas dłuższy, oraz że znajduje się ich znacznie więcej w potrawach świeżo przygotowanych, niż w długo przechowywanych.

Jak należy przyrządzać potrawy?

Aby zachować pełną odżywczą wartość pokarmów i nie niszczyć tak cennych dla organizmu witamin, należy, przyrządzając potrawy zwłaszcza dla dzieci, trzymać się następujących przepisów:

1. Dawać pokarmy zaraz po ich przyrządzeniu, unikać odgrzewania, zostawiania z obiadu na kolację i t. d.
2. Gotować prędko na dobrym ogniu.
3. Przyrządzając jarzyny, nie odlewać wody, w której jarzyna się gotowała, bo zawiera ona rozpuszczone witaminy. Wobec tego należy gotować jarzyny w małej ilości wody i dolewać, tylko w miarę wygotowywania się jej.
4. Mleko raz tylko zagotować. O ile dajemy dziecku kaszkę lub kluseczki, powinno się je gotować gęsto na wodzie, a potem dodać odpowiednią ilość mleka, aby przez długie gotowanie nie pozbawiać mleka witamin. Mleko dawać niezbierane i nie zostawiać z dnia na dzień.
5. W ciągu dnia dać dziecku koniecznie jakiś pokarm w stanie surowym. Młodym dzieciom soczek z pomarańczy, cytryny lub pomidorów, starszym — całe surowe owoce.

A. K. (Kuchnia dziecięca).

Matki w obronie katolickiego wychowania dzieci.

W Polsce, gdzie jest przeszło 60 proc. katolików, tekę ministra wyznań religijnych i oświecenia publicznego powierzono po raz drugi protestantowi p. Czerwińskiemu (Poprzednik w Ministerstwie p. Świtalski też był protestantem). Oczywiście, że ministrowie protestanci, których przekonania religijne są odmienne, aniżeli większości społeczeństwa, sprawują swoją władzę w sposób, który musi wywołać protesty ze strony tej większości.

W czasie dyskusji budżetowej w Sejmie, kato-

liccy posłowie poddali działalność p. ministra Czerwińskiego ostrej krytyce.

Ostatnio i matki podnoszą w tej sprawie głos.

W dniu 2 lutego w Warszawie odbył się **wielki wiec matek** w obronie katolickiego wychowania dzieci. Na wiecu tym przy licznym udziale matek katolickich zapadła rezolucja tej treści:

„Zebranie Matek, zwołane przez katolickie i narodowe stowarzyszenia stolicy, przejęte głęboką troską o wychowanie religijne i rozwój duchowy młodego pokolenia, uchwala:

1. Stać niezłomnie na tem stanowisku, że Boskiem i przyrodzonem jest prawo rodziców do dzieci, do stanowienia o kierunku ich wychowania religijnego i moralnego. Z tego prawa wypływa obowiązek przestrzegania, by nietylko w domu, ale i w szkole stosowano się do przepisów Kościoła i zapewniono dzieciom przez cały czas trwania nauki wykład religji i wykonywanie praktyk religijnych.

Mnożące się w ostatnich czasach jaskrawe objawy nietylko obojętności religijnej ze strony naczelnych władz szkolnych, ale wręcz lekceważenia tradycyjnych podstaw, na których przez cały bieg dziejów opierało się duchowe życie Polski, budzić muszą słuszną obawę, że wychowanie młodzieży nie pójdzie temi torami, jakie katolickie rodziny uważają za jedynie wskazane i które zagwarantowała im Konstytucja.

Zważywszy na to, zebrane w dniu 2 lutego matki-katoliczki jaknajgoręcej protestują przeciw dalszemu tolerowaniu propagandy bezbożności i niemoralności, zarówno w szkołach jak i na kursach, kształcących nauczycieli szkół powszechnych, i postanawiają:

2. Wyłonić delegację, która się zwróci z memorjałem do Prezydenta, Premjera i Izb Ustawodawczych z żądaniem, by:

a) w wychowaniu publicznem nie wolno było dzieciom narzucać kierunku bezwyznaniowego i by nauczyciele, propagujący go, zostali usunięci;

b) by każda szkoła miała zapewnioną dostateczną opiekę religijną katechety i wykłady religji przez cały czas trwania nauki;

c) by do szkół dla dzieci polskich nie mogli być naznaczani nauczyciele wyznania mojżeszowego;

d) by co rychlej zwrócono katolikom zagrabione przez rząd rosyjski kościoły — zwłaszcza na ziemiach wschodnich i południowych;

e) by wydane zostały ustawy i rozporządzenia, tępiące pod grozą surowych kar wszelką pornografję w słowie, piśmie, obrazach i kinach;

f) aby władze oświatowe nie zachęcały naszej młodzieży do słuchania odczytów człowieka, znanego z antyreligijnych wystąpień, autora pornograficznych powieści".

Jubileuszowy dar kobiet katolickich z Ameryki dla Ojca św.

W związku ze złotym jubileuszem Ojca św. kobiety katolickie Ameryki południowej ofiarowały papieżowi album, złożony z 25 wielkich pergaminów. Na pergaminach tych umieszczone zostały artystycznie wykonane herby republik południowo-amerykańskich, widoczki, przedstawiające krajobrazy oraz dane statystyczne, ilustrujące życie duchowe kobiet świeckich i zakonnych w państwach Ameryki łacińskiej.

drę, więc usiadłam przy nim i odmawiałam różaniec, zaświeciłam gromnicę. Nad ranem oprzytomniał, prosił, bym wam powiedziała, żebyście chłopaków nie zaprzepaścili... i to wszystko.

Siostra Aniela niejeden już ból widziała, niejednej istocie ludzkiej była zwiastunką niedoli, ale te oczy suche, szeroko rozwarte patrzyły taką męką, że serce młodej siostry przejął żal i pytała głosem bardzo cichym, jak gdyby bojąc się zranić głębiej:

— Czy szpital ma pochować na koszt gminy, czy pogrzebem zajmie się rodzina?

Na to pytanie padło pytanie:

— W trupiarce leży?

— W trupiarce. Chcecie go widzieć, to was Andzia zaprowadzi.

Pochyliła się do rąk siostry:

— Prosiłabym bardzo...

— A jakże z pogrzebem, może na koszt gminy, prawda? Tak byłoby lepiej... Ubodzy jesteście i każdy grosz wam potrzebny. Dzieci nieletnie macie, chory mówił — usiłowała przekonać ją młoda siostra. — Ubranie mu jakie przyniesiecie do trumny, też nie najlepsze, ot, byle było. Nieboszczykowi to już wszystko jedno.

Matka!

Czy jest na świecie piękniejsze miano
Od najsłodszego „Matki“ imienia?
I czyli słowu jakiemu dano
Tyle potęgi, tyle znaczenia?

O! Każdy „Matce“ pierwszeństwo przyzna
I kornie każda schyli się głowa:
Wszak imię Matki nosi Ojczyzna
I Przenajświętsza Niebios Królowa.

Krystyna Wierzbicka.

Różne.

Matki bądźcie ostrożne!

Niezwykły wypadek skutkiem nieostrożności rodziców zdarzył się w Warszawie w rodzinie krawca Bromberga. Oto podczas ścielenia łóżeczka dla 17-miesięcznego dziecka do poduszki dostała się igła, która w nocy utkwiła w kręgosłupie dziecka, łamiąc się przy tem połowy. Dziecko doznało sparaliżowania rąk i nóg i zmarło przed operacją.

Otwarcie i poświęcenie poradni dla matek.

W sobotę 1 lutego nastąpiło w Piekarach Wielkich w obecności lekarza powiatowego p. dra Heszka z Świętochłowic otwarcie i poświęcenie poradni dla matek. Poświęcenia dokonał ks. prałat Pucher, mówiąc o dodatnich skutkach istnienia takiej instytucji.

Poradnia taka istniała już w Piekarach przed laty, jako pierwsza w powiecie świętochłowickim, z powodu jednak braku pomieszczenia w odpowiednim lokalu musiała swe czynności zawiesić. Dzięki zabiegom ks. prał. Puchera i pana dra Mlecki, którzy uzyskali odpowiednie ubikacje u ss. Boromeuszek, udało się poradnię uruchomić. Czynnościami wchodzącemi w zakres działania wyżej wymienionej poradni zajmować się będą p. dr. Mlecko i jedna z sióstr Boromeuszek.

Spodziewać się należy, że matki uznają doniosłe znaczenie poradni i będą z niej korzystały.

Śmiertelny sen z płonącą fajką.

Wiele kłopotów mają niektóre żony, by oduczyć swych małżonków od przyzwyczajenia kładzenia się na spoczynek z papierosem lub fajką w ustach.

W miejscowości Knurów niejaki Szewioła Gerwazy, powróciwszy do domu w stanie podchmielonym, położył się i zapalił fajkę. Po pewnym czasie zasnął, a tymczasem od ognia z fajki zapaliło się na nim ubranie i Szewioła, doznawszy ciężkich oparzeń, zmarł po kilku godzinach.

Ze sceny do klasztoru.

Znana i ciesząca się wielkiem powodzeniem artystka amerykańska Peggy Udell zupełnie niespodziewanie dla otoczenia i licznych wielbicieli jej talentu, postanowiła zerwać z teatrem i schronić się w mury klasztorne. Dziennikarzom popularna artystka oświadczyła: „Teatr jest tylko blichtrem. Niema tam ludzi szczerych. Zamiar mój nie jest żadną zachcianką. Z dniem każdym świat stawał się dla mnie coraz nieznośniejszym“. Peggy Udell była dwukrotnie zamężną, widocznie jednak ani scena, na której święciła wiele triumfów, ani pożycie małżeńskie nie dały jej warunków, w których mogłaby się czuć szczęśliwą.

Powieść wyciąć i złożyć!

Rozdział I.

— Wawrzonowa do męża?

Siostra Aniela szła ku niej, w białych skrzydłach kornetu, jej młoda, dziewczęca twarzyczka poważna była, skupiona i cicha .

— A no, do męża...

Wawrzonowej lęk zdławił głos, było coś w spojrzeniu litościwem siostry Anieli, co szło ku niej świadomością nieszczęścia, przeczuciem, że za chwilę z tych ust łagodnych padnie grom, co serce druzgoce.

I padł.

— Zmarł nad ranem.

Nogi się pod nią ugięły, byłaby miała ochotę głową o mur tłuc i krzyczeć! Krzyczeć na cały głos, wyć, jak to zwierzę, a stała zatulona w swoją chuścinę, żółta, zawiędła, pokorna, milcząca.

— Pod wieczór było mu lepiej, zjadł jeszcze z apetytem swój ryż na mleku, modlił się jeszcze z nami, rozmawiał... Gdy weszłam koło dziesiątej na salę, spał, ale oddech był już chrapliwy i ciężki, a palce wciąż szarpały koł-